

# OUR 新日本スポーツ連盟東京都連盟機関紙

# SPORTS 東京

〒 170-0013 豊島区東池袋 2-39-2

大住ビル 401

TEL: 03-3981-1345 FAX: 03-3981-8315

E-mail njsf@tokyo.email.ne.jp

URL http://www.ne.jp/asahi/sports/renmei/

4月号 2011年3月31日

発行責任者：都連盟理事長 萩原 純一

## 東日本大震災 1日も早い復興を願って

東日本大震災は戦後最悪の被害を出し、1万人を超える方々が亡くなり、なお1万6千人を超える方が行方不明となっています。さらには福島原発から放射能が漏れ出し、その影響は広範囲に及んでおり、生活の不安が広がっています。新日本スポーツ連盟東京都連盟は、痛ましい犠牲となった方々につつしんで哀悼の意を表します。また、被災されたみなさんに心からお見舞いを申し上げます。同時に、1日でも早く復興されることを願い東京都連盟として最大限の支援を行うことを表明します。

### 大会開催時やクラブの練習など、あらゆるスポーツの場面で募金を集めよう

今回の原発事故の影響で首都圏の公共スポーツ施設は「電力不足による一時的な事業停止」となるなど「輪番停電」に伴う節電への協力のために公共スポーツ施設の利用中止が広がっています。連動するように各種スポーツ大会やイベントの中止も広がっています。

東京都連盟としてはスポーツを通じて被災者や今回の震災に心を痛めている方達を励ましたいと考えています。そのためにも交通網が平常をとり戻りつつある現在、会場が使用可能な大会に関しては大会を開催することを各地域組織、種目組織に呼びかけます。そして開催する大会では必ず救援募金を集めましょう。また、宮城県や岩手県のスポーツ連盟の仲間たちを応援するための募金も受け付けています。クラブの皆さんには、ぜひご協力をお願いします。

現地で必要な物資の情報不足、ボランティアの受け入れ準備がまだ十分に整っていない今、募金活動は私たちにできる最大の支援活動です。スポーツを愛するものとして、被災地で1日も早くスポーツが楽しめる状況を取り戻すために力を合わせましょう。

#### 【救援募金の送り先】

●郵便振替 口座番号 00110-1-56939

口座名 新日本スポーツ連盟

\*通信欄に、「義援金」と明記してください。

●現金書留 全国連盟宛

新日本スポーツ連盟 電話 03-3986-5401

〒 170-0013 東京都豊島区東池袋 2-39-2 大住ビル 402

※事務所に直接持ってきていただいても結構です。

### 和食昭夫全国連盟理事長が救援物資も持って宮城へ

3月26日、新日本スポーツ連盟全国連盟の和食昭夫理事長と石川正三副理事長が各地から寄せられた救援募金と救援物資を持って宮城県連盟を訪れました。東京都連盟事務局や東京水泳協議会から託された軍手やカイロ、水などの物資も現地へ届けられました。また、被災した仲間への励ましと応援のメッセージがぎっしりと書かれた寄せ書きも届けられました。現地では電気は復旧したものの、ガスや水道がまだ十分に整っていないので、救援物資は宮城の方達に感謝されました。

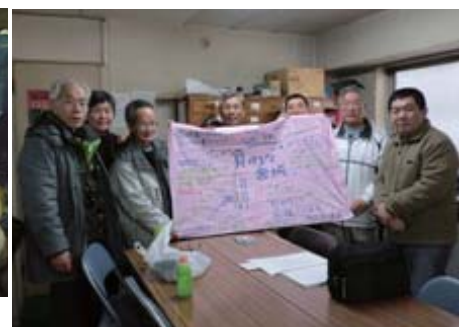
### 被災された方へ応援メッセージ 宮久保加乃子さん

私は同じスポーツを愛する仲間として今回被災した方達を励ましたい、応援したいと考えて救援募金を集めました。被災された方達はきっと大変な状況で苦しんでおられると思いますが「一人ぼっちじゃないよ、私たちがついてるよ」という私たちの心を届けられたらいいなと思っています。

※東京水泳協議会では3月27日に行われた総会でも募金を集めました。また、各クラブのみなさんにも支援活動への協力を求めています。



寄せられた救援物資



みんなの思いが込められた寄せ書きが手渡されました

## ★現在までに行われている救援活動

- ・杉並卓球協議会では救援募金7万円を集める。
- ・3月19日に行われた東京バドミントン協議会のミックスリーグ戦と、3月27日に開催された赤羽月例マラソンで救援募金を集める。
- ・東京卓球協議会と東京水泳協議会では加盟チームにチラシを送り救援募金を呼び掛ける。
- ・川崎ハーフマラソン大会、愛知のバドミントン大会、滋賀の大津月例マラソンなど全国各地でも救援募金を集める。
- ・埼玉バレー協では大会参加予定のチームに救援物資の提供を呼び掛けたところ、紙おむつと尿とりパットが大量に届き、東京都福祉保健局に届ける。



3月13日に川崎ハーフマラソンで行われた救援募金活動の様子

## 国内、国外 からも支援の輪 が広がる



### FSGT (フランス労働者スポーツ・体操連盟) からメッセージが届きました!

ジャン・ポール・ミュイツソウさんより

今この瞬間に、私は日本から送られてきている情報を見えています。私は、貴連盟のどなたも被害にあわれていないことを願っています。

FSGTのすべての友人たちは、あなたの方のことを心配しています。そして私たちは、あなたがたに、私どもの全面的な連帯があることを確認します。

ジャック・ヴァンデルストラテンさんより

すべての日本の友人の皆様。

私の思いは、あなた達と共にあります。

あなた方が今まさに直面している大災害は大変恐ろしいものです。私の心はあなたたちと共にいます、頑張ってください。あなたの家族や友人に何の被害もないことを願っています。

みなさんが大丈夫かどうかを教えてください。

ありがとうございます。

## 東京都連盟 NEWS

### 東京大空襲被災地を歩く

東京ウォーキングクラブオプション企画  
「戦災資料センターを訊ねる」

3月3日、東京ウォーキングクラブは、JR錦糸町駅に集まり、1945年3月10日未明の東京大空襲で、一夜で100万人の罹災者、10万人余の死者が出た地域を歩きました。

街は供養のための慰霊碑、地蔵さん、供養塔が至る所に建ち並んでいます。そのような所を11ヶ所を歩きました。

#### ●実際に罹災した会員さんが語る体験談

8歳の時に錦糸町駅近くで罹災し、かろうじて命が助かったという会員の二瓶治代さんの説明を聞きながら歩き

ました。「東京大空襲・戦災資料センター」で、来館者に体験の話をして活動している二瓶さんの体験談には鳥肌が立ちました。当時、町中は焼死者で歩けなかったそうです。公園、校庭、空き地に穴を掘り、かき集められ「仮埋葬」として埋められたそうです。

菊川公園では、幼児たちが先生の引率で遊んでいました、ここは隣の小学校の校庭とつながっていましたが、やはり穴を掘り「仮埋葬」された人4、515人とのことでした。その他展示資料の見学をし、慰霊塔などをまわりました。

また、みまもり地蔵・重願寺の話や、大横川の死者引き上げの事などお伝えしたいのですが字数の関係上難しく残念です。慰霊碑や戦災巡りコースは沢山ありますので皆さんも一度歩いて見ませんか？

(東京ウォーキングクラブ 三浦二郎)



二瓶さんに当時の体験を語っていただきました



街の至る所に亡くなった方を供養する場所が



## 真剣さと和やかさが溢れる大会

第48回北区スポーツ祭典  
シニアミックスバレーボール大会

北区で恒例となっているシニアミックスバレーボール大会が2月5日滝野川体育館に於いて開催されました。この大会は40歳以上なら誰でも参加できる交流大会として北区連盟独特の特色のある大会です。例年PTAの大会と日程が重なり時期的には恵まれていませんが、19チームが参加する大会となりました。

### ●参加チームが楽しめるような組合せを

シニアミックスの特徴は、個性豊かな参加チームによる白熱したゲーム展開にあります。久しぶりに会うスポーツ仲間と結成し、あくまでゲームを楽しむチームやこの大会を目標に常日頃から練習を積み、入賞を目指すチーム等、大会の楽しみ方は様々です。年齢及び参加者の経験年数を参考にクラス分けをし、実力の拮抗したチームによる予選組合せも大会を楽しんで頂いている大きな要因です。

### ●笑顔でお互いの健闘を讃え合う

当日は予選2試合を消化し、各ブロックから6チームが決勝トーナメントに進みましたが、各試合ともラリーの応酬、ファインプレーの連続で見応えのあるゲームとなり選手、運営側共に大いに盛り上がりました。

毎回の事ながら、真剣さと和やかさが各コートに溢れ独特の雰囲気があり勝者、敗者共お互いの健闘を讃えあいながら、笑顔で大会の幕を閉じました。

(北区連盟 荒川 透)

### 大会結果

ミックスAブロック

優勝 FVC

準優勝 オリーブ

ミックスBブロック

優勝 ×○クラブ×

準優勝 アドバンス銀

## 活動の柱となる2つのリーグ戦

2010年度野球リーグ戦

### ●南部リーグではフォティエイツ、中西部ではノンベースが優勝

東京都野球連盟で行われている南部リーグ、中西部リーグの2ブロックの活動を紹介します。南部リーグは多摩川クラブ、ブラックストーン、アズーリ、フォティエイツ、モンスターズ、ガンバーズ、ジョーカーズ、スーパースターズの8チームの活動地域は世田谷区、大田区、川崎市で総当たりのリーグ戦を行っています。2010年度優勝チームはフォティエイツです。

次に中西部リーグはニューウエーブ、ノンベース、きかんし、三交、井高クラブの5チームで主な活動地域は板橋区です。2010年度優勝はノンベースでした。

### ●地域に根付いた活動を

また昨年は全国スポーツ祭典野球大会が東京都で開催されましたが連盟員の方々に助けていただき大会は成功致しました。そして野球連盟審判部も大きな大会をやり遂げた自信が大きな財産となりました。

今年も地域に根付いたスポーツ活動をしていく方針です。

(東京都野球連盟 上野敏夫)



## 暖かい陽気の中でテニスを楽しむ

新春オープンテニストーナメント大会

2月13日、20日に有明テニスの森公園テニスコートで開催された本大会は、この時期にしては暖かい日差しで楽しむことができた大会となりました。

男子は実力のあるチームが力とテクニックを発揮しての勝利となりました。女子は若い方がパワーを見せつけてベテランを圧倒するといった内容の大会となりました。

(東京都テニス協会 村田 博)

### 大会結果

男子D 優勝：日笠・萩原ペア

準優勝：大渡・長家ペア

女子D 優勝：秋山・榎ペア

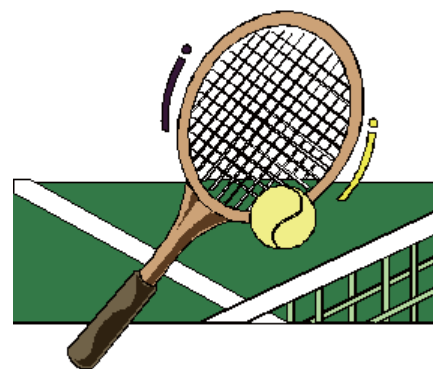
準優勝：松本・松浦ペア

MIX D 優勝：鈴木・西岡ペア

準優勝：渡辺・近藤ペア

男子S 優勝：阿部 準優勝：浅賀

女子S 優勝：石橋 準優勝：白石



## 第30回板橋区連盟総会・板橋スポーツ祭典閉会式典

### ●新たな種目が誕生した29期の流れを来期もさらに広げよう

1月30日、板橋区立グリーンホールにて第30回板橋区連盟総会が開催されました。初めに全国連盟の永井博会長から「スポーツ連盟の45年間の歴史と果たしてきた役割」と題した講演があり、続いてレディースバレーボールやミックスバレーボールなど新たな協議会が発足するなど、29期の活動が発展したことが報告されました。今後はさらにウォーキング、ダンス、カポエイラ（※）など新しい種目にも挑戦していくこと、またそれらを協議会の枠を超えて協力して行うことなどを盛り込んだ30期の方針が全会一致で採択されました。最後に役員選挙が行われ13人の理事が選出され、間間至さん、新井正一さんがそれぞれが理事長、事務局長に就任されました。

### ●カポエイラの実演で盛り上がった閉会式典

19時から行われた閉会式典では総会参加者の他、板橋スポーツ祭典で入賞された各種目の方達が集まり賑やかに行われました。式典では表彰のほか、（カポエイラナサオン）によるカポエイラを実演が行われました。大人に交じって小さな子どもたちも立派に演じて、会場を大いに盛り上げていました。

※カポエイラ…ブラジルに伝わる格闘技とダンスの中間に位置する伝統舞踊



全国連盟永井会長



間間至理事長



カポエイラの実演の様子。楽器を鳴らしながらにぎやかに行われました。

#### 理事（水泳）佐藤さん

理事として初の総会でした。活動の中身や、規約改正についても決める立場になり、連盟がより身近になりました。板橋は各種目協議会の活動が盛んなので、区連盟として何をすべきかを考えていかなくてはと思います。まずはウォーキング企画を種目の枠を超えて板橋区連盟として取り組みたいですね。

#### アルジャン（レディースバレー）中坪さん

総会には初めて参加しましたが、アットホームな感じがいいですね。強い人だけが楽しむのではなく、初心者や未経験者でもスポーツを楽しむことができるのがスポーツ連盟の良さだと思います。



表彰式では参加された全ての入賞者が表彰を受けました。

## 「水泳教室」とは一味違う？「水泳ワークショップ」

### 亀戸火曜クラブ プレゼンツ

### ●「ワークショップ」とはなんぞや？

亀戸火曜クラブでは、昨年からコーチが来る練習日にあわせて、「水泳ワークショップ」を開催しています。そもそも水泳ワークショップとはなんなのでしょうか？「中身は『水泳教室』と同じだけど、より親しみやすく、自由な雰囲気なものにしたいと思って命名して始めたの。」と代表の丸橋みちさんは語ります。泳げないしプールに入ったこともほとんどないけど、泳げるようになりたいと思っている人達を対象に、泳ぐことの楽しさを伝えたいと思って企画されたとのこと。

今回このワークショップに参加されたSさんは、一人で亀戸スポーツセンターのプールで水中ウォーキングをしていたところを丸橋さんに声をかけられて、参加されました。

### ●「泳ぐって楽しい！」

ワークショップが始まると、まずは水に顔をつけることから始まり、しゃがんだり、水面に浮いたり、様々な運動をし

て徐々に水に慣れていきました。最終的には水に浮き、息継ぎまでできるようになりました。コーチの小川先生が常に参加者を見守り、その人に合わせたアドバイスををいねいに行っており、Sさんは安心して泳ぐことができたそうです。

今回のワークショップで「泳ぐって楽しい。もっと泳げるようになりたい」と思ったSさんは、亀戸火曜クラブに入会しました。ワークショップ後のお茶会にも参加し、メンバーの方たちとも打ち解けて、これからが楽しみです。

（編集委員 渡辺）





## 事務局員・渡辺良治 最終回



青森県下北半島にてうねりにうねった急こう配を息をきらせて上りました。



能登半島を丸1日かけて一周し、輪島の朝市では新鮮な海の幸を頂きました。



自転車を降りて丘から眺めた奥松島の絶景

## 全国ツーリング紀行

8/11 (長崎) ~ 9/28 (東京)  
日本各地を自転車で巡る旅



本州最北端大間岬からは北海道が臨めました



盛岡市でわんこそばという食文化を堪能

9/14 ~ 9/28 の足取り



## 経過と予定

2/14	第23回都連盟理事会
2/24	OUR SPORTS 東京編集会議
2/26	東京サッカー協議会総会
3/7	第24回都連盟理事会
3/12	都連盟第47回定期総会(中止)
3/23	OUR SPORTS 東京編集会議 OUR SPORTS 東京号外発行
3/27	東京水泳協議会総会
3/28	三役会議
3/29	東京リレーマラソン会場下見
3/31	小池あきら都知事候補のDVDを見る会(19:00~都連盟事務所)
4/11	第25回都連盟理事会
4/14	東京反核平和マラソン実行委員会
5/1	東京都役員交流ソフトボール大会 会場: 徳丸が原公園軟式野球場
5/7	都連盟第47回定期総会 会場: 豊島区勤労者福祉会館

## 第47回都連盟総会延期します

東京都連盟は3月12日に開催を予定していた第47回都連盟総会を5月7日(土)に延期しました。会場は豊島区勤労福祉会館、時間は10時から16時までです。

## 旅の全行程を振り返って…

### ●日々是好日、日々是感動

初めての一人旅、泊まりがけのツーリングは、今まで味わったことのない本当にすばらしい時間でした。就寝前に「さあ明日はどこへ行こうか?」と考えて眠る瞬間までおさまらないワクワク感。

行き先を決めてもあっちへフラリ、こっちへフラリと自由気ままに動ける解放感。

麓から2時間以上かけて外輪山を上りきった先に広がっていた巨大なすり鉢の中に阿蘇山がそびえ立つ雄大な風景を見た瞬間の興奮。

阿蘇山をはじめ、中国山地、能登半島、下北半島などアップダウンが激しいところを苦勞して走破した時の疲れが吹き飛ばすような達成感。

佐多岬では何時間も真っ暗闇の山道を彷徨った時は心細かったし、猪との遭遇には肝をつぶしたなあ。青森市の雲谷高原ユースホステルは市の中心部からは離れており、冷たく激しい雨に

ずぶ濡れになり、泣き叫びながらたどり着いたっけ。そういう時の宿にたどり着いた時の安堵感は大きいし、途中で道を教えてくれたり、食べ物を恵んでくれたり、たくさんの方のやさしさにも出会えた。「ああ生きてて良かった」と感動しっぱなし45日間だったなあ。

### ●サイクリングクラブをつくらう!

旅を終えてから10日ほどたったある日、知人に誘われ一緒にツーリングに出かけました。今まで自転車はずっと1人で楽しんできたけども、仲間と一緒に隊列を組み颯爽と駆け抜けたり、食事をしながら今までのツーリングの話で盛り上がりたりするのもまた愉しからずや、ということで僕は今サイクリングクラブを作ろうと思っています。近いうちにサイクリングの企画をお知らせしますので、ぜひ興味のある方は参加してくださいね。

### ~~ 編集後記 ~~

いつもならうきうきしながら迎える春も、今年は事情が違う。いうもでもなく、3月11日14時46分起きた東北地方太平洋沖地震の影響である。

翌日の都連盟総会を準備していた時である。棚の上に立てたあった盾が揺れに揺れて今にも落ちそうであった。今までの中では最大の揺れであった。テレビをつけると津波のすごさがリアルタイムで映し出されていた。自動車や家屋がまるで映画のシーンのように軽々流されていた。

その日は電車がすべてストップし、事務所の前を通りには、どこにそんなにいたのかというほどの人が溢れていた。結局その日は泊まるホテルもなく、事務所に泊まる羽目になった。当然、都連盟総会も延期した。

その後、原発事故も生じ、関東エリアまでその影響が及び、3月いっぱい競技大会はほとんど中止せざるを得なかった。

1日も早く笑顔でスポーツができるようになるまで、いろいろな形で支援を強めていくことが求められる。そのときに本当の春を迎えることになる。(編集委員 北川)

# 都連盟スポーツカレンダー 2011年5月、6月

## 卓球

- ・関東オープンレディース3ダブルス卓球大会  
5/13(金) 東京体育館
- ・前期東京リーグ：男子  
5/5(祝) 中野体育館、東京体育館、他
- ・前期東京リーグ：女子 5/4, 5(祝)6(金), 22(日)  
駒沢体育館、東京体育館、上板橋体育館、他
- ・2011年度男女Pリーグシングルス  
6/1(水) 東京体育館
- ・綾瀬トリオマッチ団体戦 6/28(火) 東京武道館

### 板橋区

- ・3ダブルス卓球大会 5/7(土) 上板橋体育館

### 北区

- ・第36回春季シングルス卓球大会  
6/19(日) 十条台小体育館

### 杉並区

- ・杉並春季団体リーグ戦  
5/29(日) 上井草スポーツセンター

### 中野区

- ・男女ダブルス・ミックスダブルス大会  
6/19(祝) 中野体育館

### 練馬区

- ・第35回年齢別夏季卓球大会  
6/12(日) 大泉体育館

### 大田区

- ・大田スポーツ祭典男女混合ABC=XYZ卓球大会  
5/15(日) 大森スポーツセンター

### 世田谷区

- ・女子トリオマッチ 6/24(金) 世田谷総合体育館

### 多摩地域

- ・多摩スプリング団体戦  
6/18(土) 東久留米スポーツセンター

## 陸上

### 北区

- ・月例赤羽マラソン  
5/22、6/26(日) 荒川赤羽桜堤緑地土手

### 多摩地域

- ・月例多摩川ロードレース  
5/8、6/12(日) 多摩川・国立ロードコース

## テニス

- ・関東ブロックミックスダブルステニストーナメント  
5/5(祝) 川口市青木町公園テニスコート

### 板橋区

- ・第48回スポーツ祭典テニス大会  
5/1(日)、3(祝) 6/5(日)、12(日)  
新河岸テニスコートほか

- ・春季レディース大会  
5/20(金) 新河岸テニスコート

### 北区

- ・第36回春季硬式テニス団体戦 5/3(祝), 8(日)  
桐ヶ丘体育館 新河岸川コート
- ・第36回春季硬式テニス平日大会  
6/2(木) 桐ヶ丘体育館コート
- ・第36回春季硬式テニス団体戦大会  
6/5(日) 新河岸川コート
- ・第36回春季硬式テニスダブルス大会  
6/19(日) 桐ヶ丘体育館コート

### 杉並区

- ・杉並区春季テニス大会  
5/8,15(日) 松ノ木テニスコート

### 中野区

- ・もえぎテニス大会  
5/15(日) 哲学堂テニスコート

## スキー

- ・山スキー教室  
5/2(月)～5(祝) 八甲田山  
5/3(祝)～5(祝) 鳥海山  
5/20(金)～22(日) 立山剣沢他
- ・第2回スプリングフリーレッスン  
5/14(土)～15(日) 宿泊：丸木屋
- ・草津担ぎ上げポールのトレーニング  
6/4(土)～5(日)

## バドミントン

- ・第7回関東オープン団体戦  
5/1(日) 荒川スポーツセンター
- ・第8回多摩春季大会  
6/5(日) 狛江市民総合体育館

### 板橋区

- ・第48回板橋春季大会  
6/12(日) 東板橋体育館

### 北区

- ・第36回北区春季大会 5/4(祝) 桐ヶ丘体育館

### 中野区

- ・第23回中野春季大会 5/8(日) 中野体育館

### 練馬区

- ・第7回練馬春季大会 5/5(祝) 光ヶ丘体育館

## サッカー

- ・11年度リーグ戦 3/27(日)～12月  
東京都内、東京都近郊各地のサッカー場
- ・第42回東京サッカー祭典予選  
6/5(日)～7/31(日)  
東京都内、東京都近郊各地のサッカー場

## バレーボール

### 板橋区

- ・板橋ミックスバレーボールオープンリーグ  
5/1(祝) 小豆沢体育課
- ・レディースバレーボールオープンリーグ  
5/4, 8(日) 小豆沢体育館、赤塚体育館

### 北区

- ・第36回春季バレーボール大会  
5/1(日) 滝野川体育館
- ・第36回春季シニアバレーボール大会  
5/29(日) 滝野川体育館
- ・第36回春季ミックスバレーボール大会  
5/15,6/19(日) 旧西浮小体育館、堀船小体育館

## バスケットボール

- ・春季スポーツフェスティバル  
バスケットボール大会  
5/3(祝)、15(祝) 桐ヶ丘体育館、西浮間小学校

### 杉並区

- ・杉並春季バスケットボール大会  
5/22,6/12(日) 永福体育館 大宮前体育館

## ソフトボール

### 北区

- ・第36回春季ソフトボール大会  
5/29(日) 中央公園野球場

## 野球

- ・東京都軟式野球オープン大会  
5/8(日) 駒沢公園軟式野球場

### 北区

- ・北区連盟リーグ戦 毎月第1, 3, 5日曜日  
中央公園野球場、又は新荒川大橋野球場

### 板橋区

- ・板橋野球リーグ  
毎週日曜日 戸田橋野球場、小豆沢野球場ほか

## ウォーキング

- ・国民平和大行進 5/6(金)～7(土)  
夢の島～港区役所～川崎市役所
- ・七生丘陵を歩く 5/14(土) 高幡不動駅改札集合
- ・新都心をウォーク 5/28(土) 青山一丁目駅集合
- ・墨田区北斎ゆかりの地 6/1(水) JR両国駅集合
- ・山中湖ウォーク 6/11(土) 新宿駅集合
- ・第90回例会「町田の公園巡り」  
6/19(日) 小田急線玉川学園駅集合

## その他の種目

- ・第8回東京春季スポーツフェスティバル剣道大会  
5/8(日) 東京武道館第2武道場
- ・第8回東京春季スポーツフェスティバル空手競技大会  
5/29(日) 東京武道館第2武道場

## ※お知らせ

「第19回東京辰巳水泳大会」(5/29)

「多摩テニス春季大会」(4/3)

は中止となりました。

## 機関紙・会報いただきました！

- ・「Sports Net ちば」No. 107  
千葉県連盟
- ・「スポーツ文化」NO.232  
宮城県連盟
- ・「スポーツおおさか」2011年3月号  
大阪府連盟
- ・「月刊スポーツ神奈川」2011年3月号  
神奈川県連盟
- ・「全国スキー協通信」NO.370  
全国スキー協
- ・「スキー協通信」NO.329  
東京スキー協
- ・「シャスネージュ」NO.210号  
町田シャスネージュスキークラブ
- ・「シーハイル」No.310  
シーハイルスキークラブ
- ・「こなゆき」NO.205  
スキークラブこなゆき
- ・「あすなろう」第391号  
ポポロAC